NursRxiv
DOI：10. 12209/issn2708-3845. 20230423002

耳穴贴压联合经穴推拿治疗 1例宫颈癌患者失眠的护理报告

张中华，刘书红
（北京中医药大学东方医院 肿瘤科，北京 100078）

摘要：目的 总结1例中医特色护理技术—耳穴贴压联合经穴推拿对心脾两虚型宫颈癌患者的临床护理效果。**方法** 2022年8月5日收治1例心脾两虚型宫颈癌失眠的患者，在中医基础理论指导下，根据《肿瘤绿色调护技术》对患者行耳穴贴压联合经穴推拿疗法，并对患者实施常规护理及中医特色护理，比较治疗前后的临床护理效果及PSQI评分和AIS评分。**结果** 患者治疗后临床失眠症状改善，PSQI评分和AIS评分均低于治疗前。**结论** 采用耳穴贴压联合经穴推拿疗法，能够有效缓解患者的失眠症状，促使其睡眠质量得到提高，增强临床治疗及护理效果，值得临床借鉴。

关键词：宫颈癌；失眠；耳穴压豆法；经穴推拿法；中医特色护理技术

Nursing Report on the Treatment of Insomnia in a Cervical Cancer Patient with Auricular Acupoint Pressing and Meridian Massage

ZHANG Zhonghua，LIU Shuhong
（*Department of Oncology，Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine*，*Beijing*，100078）

ABSTRACT：Objective To summarize the clinical nursing effect of a case of cervical cancer patients with deficiency of both heart and spleen treated with traditional Chinese medicine characteristic nursing technique - auricular acupoint pressing combined with acupoint massage. **Method** On August 5，2022，a patient with insomnia of cervical cancer with deficiency of both heart and spleen was admitted. Guided by the basic theory of traditional Chinese medicine，the patient was treated with ear acupoint pressing combined with acupoint massage therapy according to the "Green Regulation Technology for Tumors". Routine nursing and traditional Chinese medicine characteristic nursing were performed on the patient，and the clinical nursing effect，PSQI score，and AIS score before and after treatment were compared. **Result** The clinical insomnia symptoms of the patient improved after treatment，and the PSQI score and AIS score were lower than before treatment. **Conclusion** The combination of ear acupoint pressing and acupoint massage therapy can effectively alleviate patients' insomnia symptoms，improve their sleep quality，enhance clinical treatment and nursing effects，and is worthy of clinical reference.

KEY WORDS：Cervical cancer；Insomnia；Ear acupoint pressing method and meridian massage method；Traditional Chinese Medicine Characteristic Nursing Techniques

宫颈癌是临床上常见的一种生殖系统恶性肿瘤，有很高的发病率，是威胁女性健康的主要疾病[1]。宫颈癌患者除了手术治疗外，常常还需要化疗以及放射治疗等，在躯体、精神和化疗副作用的多重打击下，宫颈癌患者常常合并失眠。失眠不仅严重降低宫颈癌患者的生活质量，而且可以促进肿瘤的复发、转移和恶化，降低治疗效果[2]。因此，改善患者的睡眠障碍对改善宫颈癌患者的

生活质量和预后具有重要的意义。耳穴压豆可以通过刺激耳穴调节其脏腑和内分泌功能,具有整体调节、疗效明显,操作简便,无不良反应等优点[3]。经穴推拿[4]为中医治疗失眠症的常用手段,经穴推拿治疗失眠症是通过不同的按摩手法刺激人体的某些穴位或部位,通过经络传递至脏腑,起到激发作用,两项操作联合起到调节脏腑阴阳失调,使阴阳平衡,神志安宁之功效。现将1例宫颈癌失眠患者的疗效报告如下:

1 临床资料

患者罗某某,女,43岁,于2018年8月确诊子宫颈恶性肿瘤,未行手术,行白蛋白紫杉醇+洛铂/顺铂多周期化疗,于2022年8月5日收入我科。入院症见:神清,头昏沉,乏力,纳差,睡眠欠佳,入睡困难,22:00上床睡觉,1:00入睡,夜间醒2-3次,5点起床,小便黄,大便难。舌暗,苔白腻,脉细弱。中医诊断:积病(心脾两虚证 痰瘀互结证);西医诊断:子宫颈恶性肿瘤,失眠。

2 护理

2.1 常规护理

2.1.1 起居护理 为患者提供安静、舒适的病室环境,嘱其患者养成良好的生活、睡眠习惯,注意保暖,避免风寒。

2.1.2 饮食护理 患者宜选用补益气血、益气安神之品,如小米、南瓜、胡萝卜、山药、龙眼等,忌食生冷苦寒、辛辣燥热的食物,少食多餐。

2.1.3 运动护理 适当参加力所能及的体力劳动和体育锻炼,避免剧烈活动,可选用八段锦、太极拳等功法。

2.1.4 情志护理 指导患者放松情绪、避免思虑过度多,可听轻音乐等放松心情。

3 中医特色护理

3.1 制定方案

方案主要包括2项,分别为耳穴贴压疗法和经穴推拿,由护士按医嘱进行。耳穴贴压疗法[5]结合经穴推拿,隔日一次,每次30分钟左右。在治疗的同时配以疏肝的角式音乐如江南好、春风得意等[6],以达到改善失眠情况,提高患者的生活质量。

3.2 实施方案

施术者在患者一侧,先用手按摩患者耳廓,使耳朵发热为宜,再用75%酒精消毒患者的耳廓局部皮肤,根据患者辨证分析取主穴:心,皮质下,神门,交感等神经衰弱区;配穴选肝、肾、脾、胆等穴。通常情况下选择王不留行贴于胶布上,贴于耳穴,贴紧并稍加压力,使患者感到酸、麻、胀或发热感。贴压后,告知患者每日进行按压3-5次,按压时间为1-2 min,自己耐受且感到发热为宜[7]。

3.3 经穴推拿[8]

病人平躺,操作者站在病人头部旁,进行面部头部按摩。同时,通过腹式呼吸引导病人全身放松。每一步推压30-50次,以120-160/min的速度进行揉按。10分钟一个循环,持续2-3个循环为宜。

推拿步骤:(1)打开天门(推攒竹):两个大拇指交替直推,从眉心推揉至百会,3分钟/次。主要经过:眉心、天心、天鹰、囟门、眉冲、额头、百会。(2)推坎宫:双手将大鱼际和大拇指沿眉毛向上压成一条水平线,将眉毛推向太阳穴,一次3分钟。(3)揉太阳:用蝴蝶飞手法用拇指按压太阳穴,每次2分钟。(4)揉百会:拇指按百会穴位,每次2分钟。(5)勾风池压安眠:将中指末端从风池穴按压到安眠穴,每次2分钟。(6)勾廉泉:双手中指从安眠穴经下颌廉泉穴,用中指按压,每次2分钟。(7)按承浆:用食指从一侧握持下巴,拇指按在承浆穴位上,每次1分钟。

4 效果评价

患者2022年8月5日入院,精神萎靡,入睡困难,夜间几乎未睡,睡后又醒,醒后便很难再入睡;2022年8月8日,给与患者PSQI评分得分19分、AIS评分得分20分,睡眠质量严重不足;8月13日,经过耳穴贴压结合头部经穴推拿,治疗5天后,PSQI评分得分15分、AIS评分得分16分,患者精神状态稍见好转,主诉失眠状况有所减轻,夜间频醒,但醒后可再次入睡;8月18日,PSQI评分得分10分、AIS评分得分11分。见表1。患者主诉:稍有乏力,22:00上床睡觉,22:30入睡,7:00睡醒,夜间醒1-2次,基本能够安稳入睡,效果明显改善。

表1 效果评价表

评价日期	失眠严重指数评分 PSQI[9]	阿森斯失眠评分 AIS[10]
2022-8-8	19	20
2022-8-13	15	16
2022-8-18	10	11

5 讨论

失眠是常见的一种慢性精神性疾病，包括睡眠质量、睡眠数量和睡眠深度的不足[11]，属于中医“不寐”“不得眠”“不得卧”“目不瞑”等范畴[12]。以心脾两虚型最为常见[13]。从致病因素方面考虑，本患者由于思虑过度，忧思伤脾，脾气受损，气血生化不足，血不足以濡养心脉，心神失养，发为不寐，故与心脾关系最为密切。传统中医学认识机体之寤寐生理根于整体观念，天人合一的哲学思想，睡眠与阴阳、气血营卫密切相关。中医学治疗不寐的精髓是辨证论治，与传统西药治疗相比，运用耳穴贴压、经穴推拿等中医疗法疗效好，毒副作用较小。因此，中医学治疗失眠主要是根据望、闻、问、切，结合病人整体状况及舌、苔、脉，辨证施治，调节病人脏腑功能，以求气血阴阳平衡、情志和谐，治病求本，体现中医基本的整体观念和辨证论治的理念。临床应用越来越广泛[14]。

选用耳穴贴压主要是在经络的静脉中，六个阳经能与耳内外直接相连。六阴间接地与耳结合在一起。根据患者辨证分析取主穴：心（主治：神经衰弱、失眠），皮质下（主治：神经衰弱），神门（主治；神经衰弱、失眠、多梦），交感（主治：自主神经功能紊乱）等神经衰弱区；配穴选肝、肾、脾、胆等穴来激发脏腑功能。通过刺激耳朵的穴位来调节相关内脏经络的功能，可以流行血液，并且可以调节内脏和阴阳以实现安枕。

治失眠的经穴推拿手法很多，常用的有按揉法，还有拿法、捏法、掌推法、一指禅推法。主要是按揉法，一般是推拿头部穴位。依据头部穴位归经主治及睡眠中枢在大脑皮层下的功能定位选取治疗穴位，督脉为“阳脉之海”，主髓通脑，有调节全身阳经气血的作用；故取督脉位于头部上的百会、印堂穴，配合位于巅顶的四神聪穴，四神聪穴为经外奇穴，入络于脑，可调节一身之阳气，再通过手法按揉使头部脉络通畅，诸穴共用，有助协调阴阳、平和气血之功，从而达到镇静、安神的功效。

通过应用耳穴贴压结合经穴推拿的中医特色护理技术，本例患者的失眠症状得到了改善，提示中医特色护理技术干预失眠操作具有疗效好、显效快、操作简单的优势。但本次案例干预时间较短，希望在今后的工作中能开展更多的研究，以进一步验证此方法的科学性与可靠性。

参考文献

[1] 姚文婧，从爱华．耳穴埋籽联合利眠贴在宫颈癌患者失眠护理中的应用评价[J]．中外医疗，2021，40(1)：155-158.

[2] 邓湘琴，梁慧，林宏远，等．恶性肿瘤患者失眠发生的特征及对生命质量影响的临床调查[J]．世界睡眠医学杂志，2020，7(1)：11-13.

[3] 王进东，蔡琦，董建萍．针灸配合推拿治疗失眠的临床观察[J]．中国中医药科技，2023，30(2)：388-390.

[4] 石向东，卢新刚，赵敏，等．陆氏针灸联合朱氏一指禅推拿治疗失眠临床研究[J]．按摩与康复医学，2020，11(15)：56-59.

[5] 赵会晶．耳穴贴压法治疗失眠患者的疗效观察及护理体会[J]．家庭医药，2018(5)：237.

[6] 张晓乐，杨海侠，李小波，等．以阴阳理论指导下“引阳入阴穴位按摩法”治疗不寐病理论探讨[J]．陕西中医药大学学报，2019，42(6)：100-104.

[7] 赵会晶．耳穴贴压法治疗失眠患者的疗效观察及护理体会[J]．家庭医药，2018(5)：237.

[8] 李明珊，刘若冰．引阳入阴推拿配合气息导引法对肿瘤失眠患者睡眠质量影响[J]．护理与康复，2021，20(5)：59-61.

[9] 刘贤臣．匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)[J]．中国心理卫生杂志，1999，(增刊)：375-348.

[10] 罗娜，许佳媛，徐肖肖，等．重复经颅磁刺激仪联合穴位敷贴在前列腺癌伴失眠患者中的应用效果[J]．医疗装备，2023，36(3)：60-62.

[11] 中医中医科学院失眠症中医临床实践指南课题组．失眠症中医临床实践指南(WHO/WPO)[J]．世界睡眠医学杂志，2016，3(1)：8-25.

[12] 钟欣婵，郑敏．穴位敷贴治疗失眠症的临床研究进展[J]．吉林中医药，2018，38(2)：246-248.

[13] 李希，马淑丽，杨莉霞，等．子午流注择时耳穴贴压联合穴位按摩干预心脾两虚型失眠的疗效观察[J]．山西中医药大学学报，2019，20(6)：438-441.

[14] 李小军，石娜．枣仁宁神胶囊治疗脾虚肝郁、心神失养型失眠的临床研究[J]．中西医结合心脑血管病杂志，2021，19(16)：2823-2826.